

Bli ett Minnesgeni!

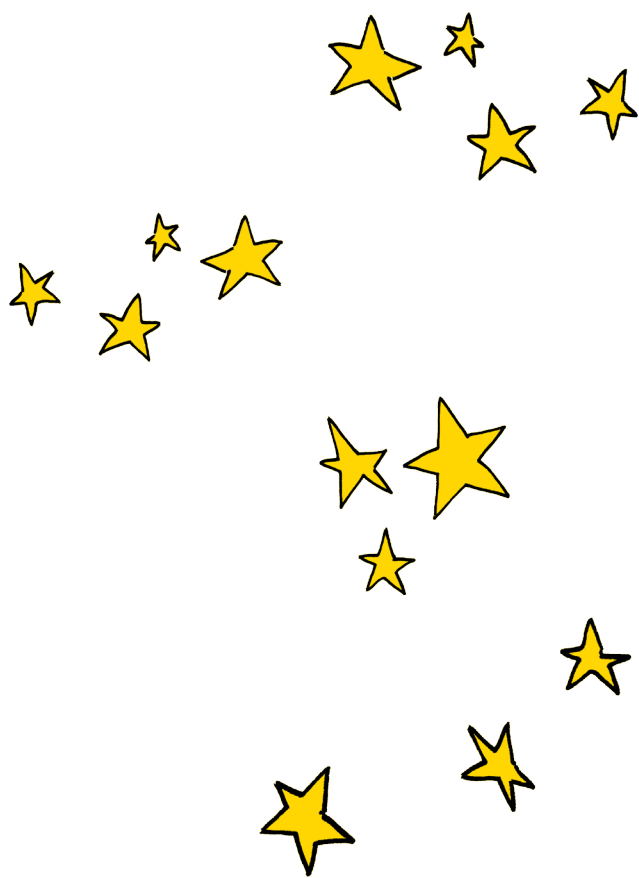
Lär dig
ALLT
du vill!

Enkla tekniker
gör dig
SUPERSMART!

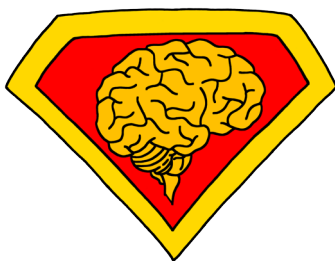
A man with brown hair and a slight smirk, wearing a red long-sleeved shirt with a yellow cape and a yellow brain logo on the chest. He has his hands on his hips. The background is green with white line drawings of a bird, a lightbulb, musical notes, a star, a planet, and a person with a balloon.

**JONAS
VON
ESSEN**

ARBETSMATERIAL FÖR LÄRARE ÅK 4–9



Bli ett **Minnesgeni!**



Arbetsmaterial för lärare åk 4–9. Smakprov på hur man
tillämpar minnestekniker i undervisningen

TEXT OCH ILLUSTRATIONER:

JONAS VON ESSEN

INNEHÅLL

Inledning 5

Presentation av Jonas von Essen 6

En första smakbit av minnestårtan:

En mycket minnesvärd morgon 7

Association: Visualiseringsvisiret 12

Bilder på bilder 13

Associera mera 14

Övning: Smart repetition 15

Minnesutmaning: Jonas kiosk 16

Megautmaning: Färglägg Sverige 19



INLEDNING

Under alla de år vi går i skolan förväntas vi lära oss en stor mängd faktauppgifter av vitt skilda slag. Tyvärr talas det sällan om *hur* detta görs på effektivast möjliga sätt. Det leder till att alla har sina egna metoder och inlärningsstrategier, en del betydligt mer lyckade än andra. För att jämna ut dessa skillnader – och ge *alla* barn en möjlighet att ta till sig information med de bästa tillgängliga verktygen – vill denna lärarhandledning slå ett slag för införandet av minnestekniker i skolan.

De här beskrivna teknikerna är inga moderna påfund eller billiga partytrick. Tvärtom användes de flitigt redan för över 2 000 år sedan i antikens Grekland och Rom. Man upptäckte att särskilda strategier fungerade oerhört väl för att minnas saker och skrev långa och ingående verk om detta. Dessa tekniker är tillgängliga för alla och lämpar sig måhända extra väl för barn, då de utgår från lekfulla associationer och skaparkraften i ens egen fantasi.

Ironiskt nog har minnesteknikerna numera fallit i glömska. I dagens informationssamhälle – där vi ständigt översvällas av mer eller mindre pålitliga fakta – är det viktigare än någonsin att ha en stabil kunskapsgrund att stå på och använda sig av för att bedöma sanningshalten och relevansen hos ny information. Inte minst är naturligtvis ett stort kunskapsförråd en förutsättning för kreativitet – det att sätta ihop gamla faktabitar till nya idéer.

Minnestekniker är förstås inte lösningen på allt, men väl en del av lösningen. När det går lätt och är kul att komma ihåg kan man lägga mer fokus på andra delar som analys och förståelse. Glädjen i teknikerna har en förmåga att få den mest skoltrötta att plötsligt känna sig väldigt inlärningsmotiverad.

Författaren Jonas von Essen, som själv är lärarstudent, gick från att vara en i de flesta ämnen medelmåttig och oinspirerad student till att bli tvåfaldig världsmästare i minne efter att ha läst en bok om just minnestekniker. Nu har han själv skrivit två böcker i förhoppningen att de kan ge andra samma glädje som de skulle ha gett honom om han läst dem som barn.



PRESENTATION AV JONAS VON ESSEN



Jonas von Essen är född och uppvuxen i Skövde. Hans skolgång präglades av muntra upptåg, bullbak och filminspelningar men saknade för det mesta något särskilt studiefokus. Som så många andra utvecklade Jonas efter hand den till synes framgångsrika strategin att vänta med att plugga till kvällen före provet. Då stannade han uppe hela natten, gick till klassrummet, skrev febrilt ner allt han kom ihåg innan han hann glömma bort det och höll sedan tummarna för ett hyggligt betyg. Betygsmässigt fungerade det helt okej, men kunskapsmässigt var det förstås en katastrof. Desillusionerad över det faktum att det han "lärde sig" sällan verkade stanna kvar särskilt länge i huvudet tappade han mer och mer intresset för själva innehållet i lektionerna.

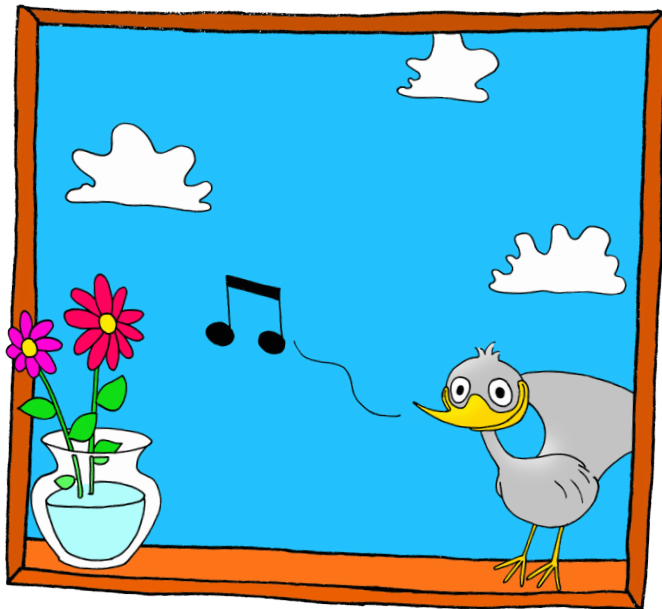
Lyckligtvis ser det annorlunda ut idag. Efter att i 20-årsåldern hittat en bok som utlovade "ett bättre minne" på biblioteket förändrades Jonas syn på inläring, och hur mycket som är möjligt att lära sig, för alltid.

Snart började han tävla i minnestävlingar, en karriär som tog honom runt halva jordklotet. Han har medverkat i kinesiska tv-shower, spelat in bilreklam i Australien och coachat det algeriska minneslandslaget till stora framgångar. Våren 2018 slog han svenska folket med häpnad i finalen av *Talang* då han visade att han memorerat de första 50 000 decimalerna av konstanten pi.

Men ända sedan han upptäckte dem har Jonas största ambition varit att sprida minnesteknikerna till så många som möjligt och visa att de kan vara ett stort stöd i all typ av inläring. Nästan ingen har förstås någon nytta av att minnas 50 000 siffror, men i princip alla kan ha enorm nytta av att komma ihåg saker bättre, både i studierna och vardagslivet.

EN FÖRSTA SMAKBIT AV MINNESTÅRTAN

En introduktion till minnes-
tekniker, hämtad ur *Så får
du ett superminne* (2018).



*»Det här är din sista chans.
Efter detta finns ingen
återvändo. Tar du det blå
pillret så slutar historien
här, du vaknar upp i din
säng och tror vad du vill
tro. Tar du det röda pillret
så stannar du i Underlan-
det, och jag kommer att
visa dig precis hur djupt
ner kaninhålet sträcker
sig.« Morpheus i filmen
The Matrix*

En mycket minnesvärd morgon

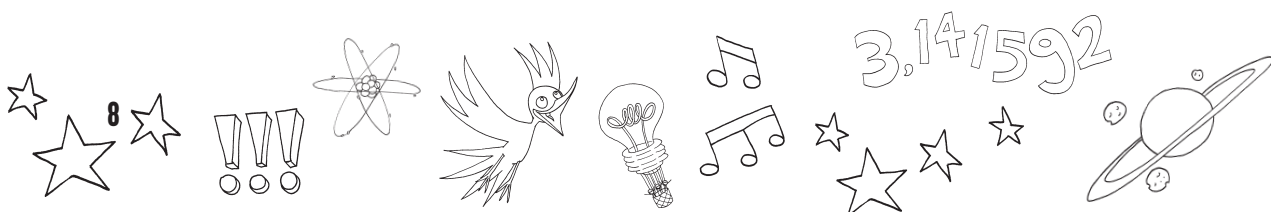
Försök föreställa dig följande scenario så tydligt du kan: Du vaknar upp i din säng en vacker vårmorgon. Solen skiner in genom fönstret och du hör fåglarna sjunga sina trudelutter där ute. Allt känns underbart, tills du plötsligt upptäcker att du har något kletigt i håret. När du vänder blicken uppåt inser du att det sitter ett rysligt monster ovanpå ditt huvud. Morgonen tappar genast något av sin charm, men du gör ditt bästa för att andas lugnt och försöker fokusera på fågelsången istället. När du gör detta märker du att det prasslar något förfärligt alldeles intill öronen. Du lyfter upp händerna och känner att det ut ur vardera örat växer ett stort, rött lönnlöv som sakta svajar fram och tillbaka i vinden från fönstret. Ytterst märkligt. Du tittar mot almanackan på väggen för att se efter om det möjligen är första april men upptäcker då att du inte ser ordentligt eftersom du har en hamburgare inmosad i ena ögat. En klick dressing ringlar sig långsamt nedför kinden. Som tur är känner du inte lukten av den eftersom någon har stoppat upp två asiatiska ätpinnar i din näsa. Du rynkar på näsan av obehag men pinnarna tycks sitta fast ordentligt. Förargad försöker du ropa »Vad är det frågan om?!« men ut kommer bara ett dämpat mummel. Du rör

på tungan och känner en kraftig smak av jord och gräs. Det beror på att du har en fotboll intryckt i munnen. När du tittar ner för att försöka få syn på fotbollen upptäcker du dessutom att din haka har blivit spänstig och gummiaktig, ja rent av som en liten trampolin, och att du därför har fått besök av en pytteliten känguru som hoppar och studsar upp och ned på din haklipp. Kängurun gör imponerande volter och graciösa studspiruetter. Det här börjar gå dig på nerverna. Du lyfter på armen för att vifta bort kängurun men blir hindrad av fyra gyllene extraarmar, liknande de som återfinns hos vissa indiska gudar, som sticker fram under din vanliga arm. När du tittar närmare ser du att du faktiskt har fått en hel indisk gud inopererad i armhålan! En av de indiska gudaarmarna pekar nu på din mage, för att göra dig uppmärksam på att det ur den sticker ut ett huvud som tillhör en skäggig gubbe. På något sätt verkar du ha råkat hyra ut din navel till denna gubbe, som inte alls förstod hur trångt det skulle bli och som därför nu är otroligt arg. Som tur är verkar han sitta fast i naveln och kan därför inte göra så mycket annat än att gorma på dig. Du känner dig väldigt trött på allt det här och också – lägger du plötsligt märke till – ovanligt trött i benen. Mellan knäna håller du nämligen upp ett stort kassaskåp. Du svänger knäna lite fram och tillbaka och kan av ljudet dra slutsatsen att kassaskåpet tycks vara nästan helt fullt av mynt och juveler. Alltid något! Slutligen märker du att dina fötter till råga på allt är helt täckta av en stinkande hög med alger. Det känns ändå ganska skönt och svalkande för fotsulorna. Kanske har du hamnat mitt i någon sorts udda spabehandling? Fast nej, du är helt klart kvar i din egen säng i ditt eget rum. Och du vet det inte än, men den här morgonen är början på något riktigt stort. För lika underligt som dagen började, lika underbart kommer den att sluta!



Innan du kastar iväg boken och ropar »Han är galen! Vad är det här för dravel?! Pengarna tillbaka!!« vill jag be dig att läsa vidare, bara en liten bit. Jag skulle vilja påstå att du snart kommer att upptäcka att den märkliga historia du just läste kommer att förändra ditt liv – till det bättre – för all framtid. Jag vågar hävda detta eftersom jag själv har varit med om det. För omkring fem år sedan blev jag nämligen också ombedd att föreställa mig en minst lika förvirrande liten historia.

Fram till dess hade jag ofta varit irriterad på mitt halvtaskiga minne. Liksom de flesta tyckte jag att jag alldeles för ofta glömde bort viktiga saker jag skulle göra, vad någon kompis hade sagt, var jag hade lagt min plånbok och framför allt väldigt mycket av det jag lärde mig i skolan. Men efter denna märkliga upplevelse blev saker och ting väldigt annorlunda. Tre månader senare belönades jag med utmärkelsen Sveriges bästa minne då jag vann minnes-SM i Göteborg.



Året därpå lyckades jag vinna minnes-VM genom att bland annat memorera fler än 1 000 blandade spelkort på en timme, utan ett enda misstag. Plötsligt kunde jag utan problem komma ihåg nästan allt av det jag studerade. Jag kunde minnas namnen på alla jag träffade och hålla timslånga tal utan manus. Men inte bara det. Jag kunde göra sådant som tidigare hade verkat fullständigt omöjligt och rent vansinnigt, som att enkelt lära mig svaren på samtliga 3 000 frågor i frågespelet Trivial Pursuit, memorera alla årets namnsdagar eller stå i ett rum på Tom Tits i Södertälje och under fyra timmar rabbla upp 13 208 decimaler på pi. Jag kunde komma ihåg nästan vad som helst och hur mycket som helst! Och allt började med den där märkliga berättelsen ...

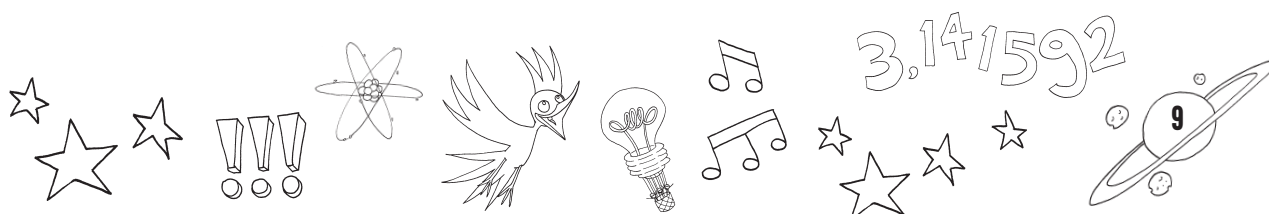
Det mest fantastiska med allt det här är att det inte bara gäller för mig. Det allra mesta av det som nämndes ovan är sådant som *vem som helst* – däribland du, kära läsare! – kan lära sig att göra. Vem som helst kan såklart inte bli bäst i världen, men om du kan läsa den här texten så är jag 100 procent säker på att du också skulle kunna slå mitt svenska rekord i pi, absolut skulle kunna memorera samtliga frågor i Trivial Pursuit och framför allt skulle kunna lära dig att komma ihåg oerhört mycket mer av sådant du vill minnas än du gör idag!

Det krävs inte ens speciellt mycket träning för att gå från att vara ansedd som hopplös håll-i-huvet-glömmare till att betraktas som ett minnesgeni. Anledningen till att folk i allmänhet vanligtvis inte kan minnas hundratals saker på en kvart är att de aldrig har lärt sig hur man gör. Men när man väl lär sig det kan man tillämpa teknikerna nästan direkt.

Tänk dig en värld där alla alltid tar sig fram till fots. Plötsligt kommer någon farande på en cykel. Folk blir som tokiga. »Herregud, vad fort hon rör sig! Jösses, vad imponerande! Det måste vara nästan omöjligt att hålla balansen på den där!« skulle nog de flesta tänka utan att någonsin ens komma på den svindlande tanken att själva försöka lära sig att cykla. Men som vi alla vet, eftersom de allra flesta idag kan cykla, är det inte alls så svårt som det kan verka, utan verkligen något som alla kan lära sig att använda för att ta sig fram betydligt snabbare än genom att gå. Precis på samma sätt fungerar minnesteknikerna! Det som först ser fullkomligt omöjligt ut visar sig, när man väl försöker sig på det, vara något relativt lätt.



Låt oss nu återvända till din säng. Jag tänkte att vi ska se efter om du kommer ihåg några av de underliga saker du fick föreställa dig. Det vore förstås helt naturligt om du hade glömt bort alltihop. Du läste förmodligen igenom historien ganska snabbt, den var full av osammanhängande saker och jag skrev aldrig ens att du skulle försöka komma ihåg den. Dessutom har jag distraherat dig

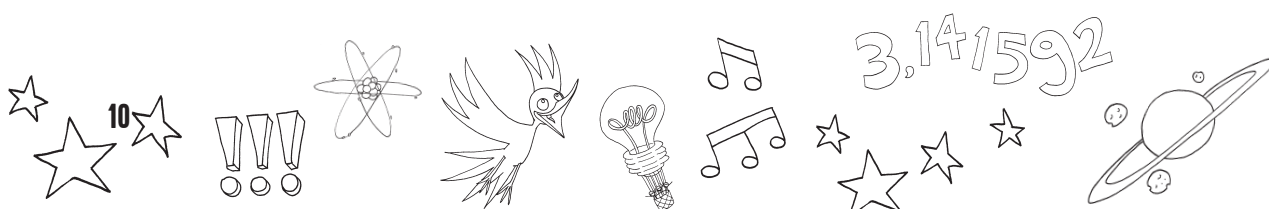
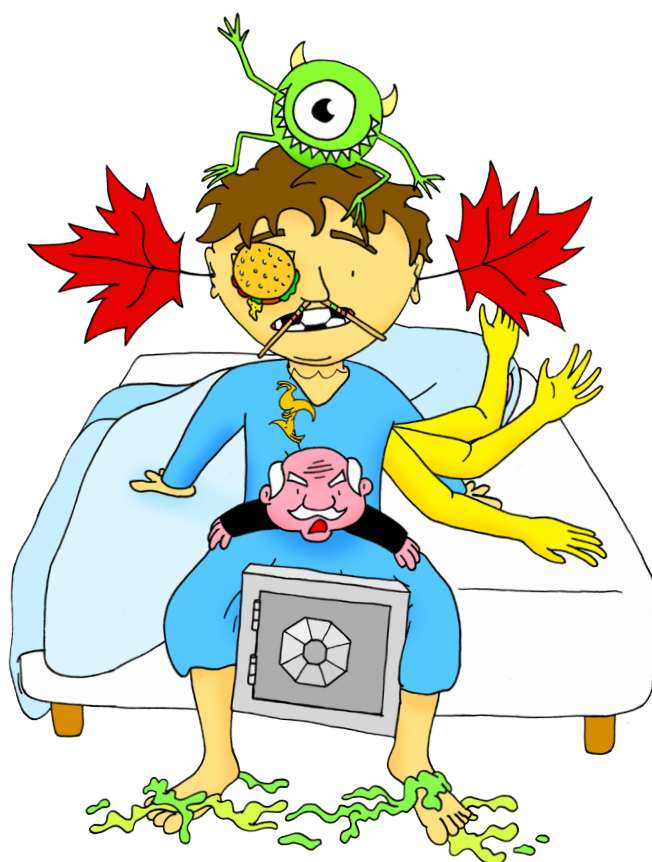


med lite annat emellan, så givet hur minnet vanligtvis fungerar vore det ju faktiskt ganska underligt om du skulle komma ihåg någonting över huvud taget! Men låt oss göra ett försök i alla fall. Vi går igenom listan en kroppsdel i taget och så kommer facit efteråt. Stanna upp under textens gång och ge dig själv åtminstone några sekunder på varje ställe för att plocka fram rätt bild.

Allt var alltså frid och fröjd tills du upptäckte att du hade något sittande på ditt huvud. Kommer du ihåg vad? Tänk efter en stund om det inte dyker upp direkt. Snygg! Sedan upptäckte du att något stack ut ur dina öron. Vad var det? M-hm. Och i ena ögat hade du något lite inmosat sådär. Minns du? Ja! Sedan hade någon stuckit upp något i dina näsborrar ... Precis! Och så hade du något intryckt i munnen som gjorde att du inte kunde prata. Vad då? Fint! Vad var det som hoppade på din haka? Strålände! Och i armhålan hade du opererat in någonting lite udda. Just det! Kommer du ihåg vem som hade flyttat in i din navel? Ingen mindre! Näst sista då, vad höll du upp mellan knäna? Finemang! Och vid dina fötter fanns det en hel hög med ... Bravo!!!

Bilderna var, i ordning uppifrån och ner: monster, lönnlöv, hamburgare, ätpinnar, fotboll, känguru, indisk gud, arg gubbe, kassaskåp och alger. Förhoppningsvis satt de som en smäck! Om inte så behöver du inte oroa dig. Det är inte alltid man lyckas perfekt på första försöket. Gå i så fall helt enkelt tillbaka och läs historien en gång till och försök verkligen se framför dig varje sak ihopparad med respektive kroppsdel, så kommer du strax att kunna det som ett rinnande vatten!

Även om du skulle ha glömt någon enstaka bild så får man verkligen konstatera att det var rätt imponerande av dig att minnas merparten av denna något röriga lista med saker efter en enda (och eventuellt en till) genomgång, trots att du kanske inte ens försökte komma ihåg det! Det kan förstås hända att du nu frågar dig vilken nytta du ska ha av att komma ihåg tio slumpmässiga föremål utplacerade på din egen kropp? Mer nytta än du kanske tror. Du har nämligen just lärt dig världens tio största länder i storleksordning efter



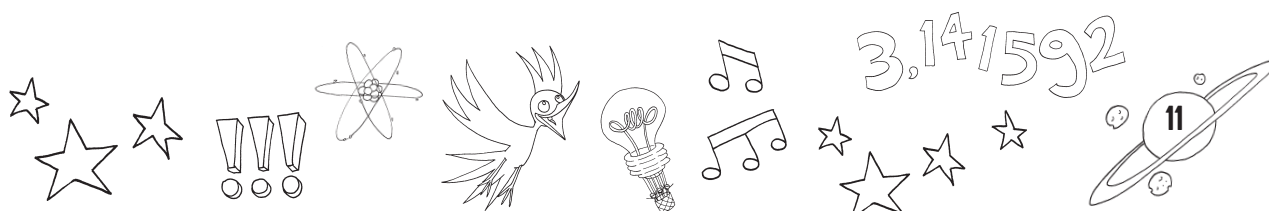
yta! Jodå, varje bild motsvarar ett av länderna på listan och så går de uppifrån och ner efter storlek. Testa att gå igenom bilderna igen och se om du kan gissa vilket land varje bild tillhör. Jag kan medge att en del är lite långsökta, så det är lugnt om du bara kommer på några av dem. Sedan kan du fortsätta med att läsa förklaringen nedan.

Det första är nog rätt svårt att gissa. Tanken med monstret på huvudet är att monster ju generellt är ganska *ryska* av sig, och världens största land är alltså ... *Ryssland*. Nästa kanske känns mer logisk, de där lönnlöven du hade i örat? Just det, Kanada, från flaggan! Och vad tror du att hamburgaren i ögat ska symbolisera? Mm, *USA*. Ätpinnarna i näsan är tänkta att få dig att tänka på Kina. Fotbollen i munnen skulle förstås kunna vara en del olika länder, men själv förknippar jag fotboll främst med Brasilien, som alltså är det femte största landet. Kängurun är förstås Australien. Den indiska guden kanske kan vara lite lurig ... Vad sa du? Indien? Bra där! Sedan har vi den här *arga* gubben. Jag kom inte på någonting som jag direkt associerade med *Argentina* så det fick bli något som lät liknande. Samma sak med *kassaskåpet*. Det ska vara *Kazakstan*! Och slutligen *algerna* på golvet? *Algeriet*. Toppen! Nu kan du alltså rabbla världens tio största länder framlänges och baklänges utan några problem. Och morgonen har bara börjat!

Inte nog med att bilderna gick fort att lägga in, du kommer också att märka att du kommer ihåg dem väldigt mycket längre än du skulle ha gjort om du hade nött in listan på »vanligt« sätt. Om du går igenom bilderna då och då i huvudet så är chansen stor att du kommer att gå omkring med en indisk gud i armhålan för all framtid.

Den här lilla introövningen är verkligen bara en liten smula av den gigantiska tårta dessa minnestekniker utgör, och under läsningen av den här boken kommer du att förbluffa dig själv gång på gång. Ja, snart kommer du att kunna göra saker som varken du eller någon annan någonsin trodde var möjliga.

Men nu tycker jag verkligen att du genast ska gå och imponera på någon med dina nyvunna kunskaper. Vi ses om en stund. Äventyret har börjat!



ASSOCIATION

Visualiseringsvisiret

Lite mer om hur det hela fungerar och ytterligare ett par övningar, nu från *Bli ett minnesgeni!* (2019).

Ganska häftigt, va? Tänk dig att du hade försökt lära dig en vanlig *lista* med de tio länderna istället. Antagligen hade det varit ganska svårt och även om du hade lyckats till slut så hade du nog glömt den till nästa dag. Bilderna som du föreställde dig kommer å andra sidan förmodligen att sitta kvar i många dagar, kanske till och med flera veckor! Och om du bara tänker på dem då och då så kan du få dem att sitta kvar för alltid!

Men varför fungerar det så överraskande bra? Svaret på den frågan är: **association**. En association är en *koppling* mellan två saker. När du såg curryn flyga ut från gong-gongen så skapade du en association. Du *kopplade ihop* gong-gongen med curry. Precis som hjärnans neuroner är kopplade till varandra är också dina minnen kopplade, eller associerade, till varandra. När du försöker komma ihåg något som du tidigare har lagt på minnet kan man säga att dina tankar hoppar från minne till minne på jakt efter det du letar efter.

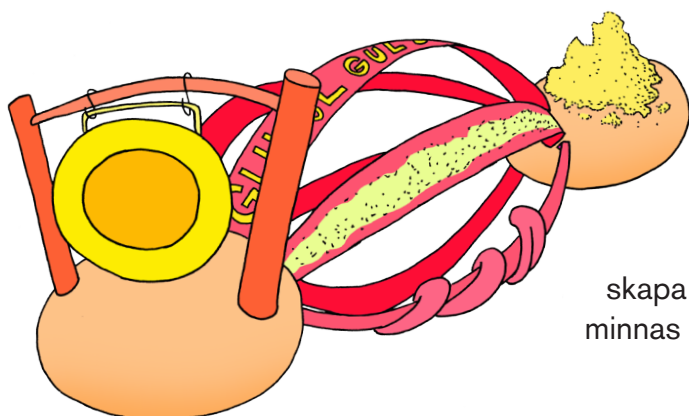
Om du bara försöker komma ihåg en lista som den är blir det väldigt svårt för din tanke att hitta rätt. Ingenting säger åt den åt vilket håll den ska hoppa närmast.

Men när du har skapat associationer mellan delarna i listan blir varje association som en stor bro som leder tanken vidare. Och även om du inte kommer ihåg nästa bild direkt så finns det många vägar som pekar dit. Du kanske först inte minns att nummer två var curry, men du minns att det var något som påminde om damm som flög ut från gong-gongen, eller så kommer du ihåg att det var något med en skarp smak, eller något gult. Alla de sakerna blir som småbroar som också pekar din tanke åt rätt håll!

Det finurligaste är att du bara behöver associera ihop två saker i taget. Gong-gongen leder dig till curryn. Curryn leder dig till hamburgaren. Hamburgaren leder dig till ditt ansikte (med kind och näsa), som leder dig till regnskogen och så vidare. Varje association är i sig ganska

enkel att göra, men tillsammans bildar de en lång och väldigt imponerande *kedja* av minnen!

Anledningen till att jag hela tiden försökte få dig att se historien framför dig är att bilder är det lättaste och snabbaste sättet att skapa associationer på. Vad det än är du vill minnas så kan du nästan alltid se det som två



bilder som du kan föreställa dig ihopkopplade på något sätt. Alla som någonsin har vunnit minnes-VM har använt sig av bilder!

Därför blir detta den första superhjältegrejen du får av mig: **Visualiseringsvisiret**. Att visualisera är ett annat ord för att *se något framför sig* och ett visir är det där man fäller ner på riddarhjälmarna. Visualiseringsvisiret drivs enbart av din egen fantasi och ju mer du använder det, desto tydligare bilder kommer du att se.

Bildtips!

Gör gärna dina bilder större eller mindre än de skulle vara i verkligheten. Det är lättare att komma ihåg en jättestor hamburgare än en normalstor hamburgare!

Bilderna behöver absolut inte vara logiska. Hjärnan gillar visserligen när saker är logiska men den gillar nästan ännu mer när de är ologiska. Det är därför den får dig att skratta när någon säger något tokigt, eller när det växer en regnskog i ditt ansikte!

Ha roligt när du skapar bilderna. Hjärnan älskar att ha roligt och kommer att vilja komma ihåg de roliga och häftiga sakerna mycket mer än de tråkiga och ointressanta.

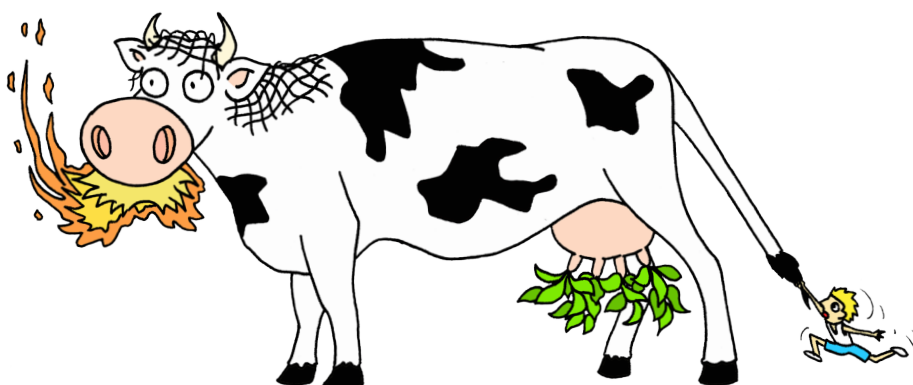


Bilder på bilder

Förutom att koppla ihop bilder med varandra en i taget fungerar det också bra att använda *en större bild* som man kopplar *flera mindre bilder* till.

För att komma ihåg kons magar i ordningen de kommer i matsmältningssystemet kan du till exempel tänka dig en ko som äter **eld** (för att hålla *värmen*), har ett **hårnät** på huvudet, **blad** som växer ut från spenarna och en **löpare** som springer efter den och håller den i svansen.

Då kan du lätt komma ihåg **våmmen, nät-magen, bladmagen** och **löpmagen**!



Associera mera

Slutligen går det fint att minnas enstaka faktauppgifter genom att koppla ihop bilder med varandra i par. Titta på de här bilderna en stund och försök komma ihåg dem!



Hestia (hästen) var **hemmets** (huset) gudinna.

Kronos (kronan) var **tidens** (timglasets) gud.

Apollon (apan med ett ekollon som huvud) var **konstens** (tavlan) gud.

Demeter (måttband – D-meter) var **skördens** (vetet) gudinna.

Poseidon (påsen) var **havets** (havet med skepp) gud.

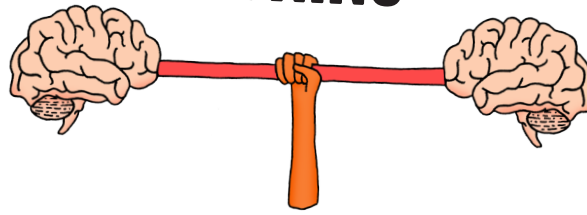
Om du inte kände till dem innan
så kan du nu **fem grekiska**
gudar och vad de styrde över!

Inte så svårt, va?

Efter ett tag kommer du att kunna göra bilder av nästan vad som helst! Men för att nå dit måste du förstås öva. Genom boken kommer jag dela med mig av mina bilder, men du kan alltid hitta på egna om du kommer på några som du tycker passar bättre eller om du vill träna lite extra. I slutet av varje kapitel har jag också skrivit ner några små övningar som du kan göra på egen hand. Det är genom att göra dem som du verkligen tränar dina hjälteförmågor! Och du kommer lära dig många spännande saker där också!

Du är redan på god hjälte-väg, och det här är bara början. Redan i nästa kapitel kommer du att utföra hjälteedåd de flesta aldrig ens kunnat drömma om! Vi ses där!

ÖVNING



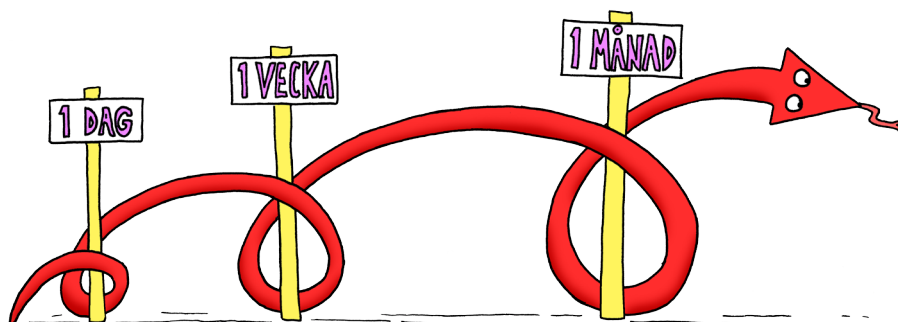
Smart repetition

För att verkligen komma ihåg grejer länge måste man lura hjärnan lite grann. Hjärnan är nämligen väldigt smart och vill inte komma ihåg saker i onödan. Den vill bara minnas sådant som den kommer att ha nytta av många gånger. Därför fungerar det inte att bara sitta och läsa något igen och igen och igen vid samma tillfälle. Då tänker hjärnan att du bara behöver komma ihåg grejen just då och glömmer bort den någon dag senare. För att minnas länge är det bra om du repeterar det du vill minnas ungefär vid de här tidpunkterna:

- ☐ **Senare samma dag**
- ☐ **Dagen därpå**
- ☐ **Efter några dagar**
- ☐ **Efter en vecka**
- ☐ **Efter en månad**

Så börja nu på en gång genom att försöka gå igenom listan med länderna i huvudet och kons fyra magar en gång till!

Därefter behöver du bara tänka på det någon gång då och då för att ha kvar det i ditt minne för alltid!

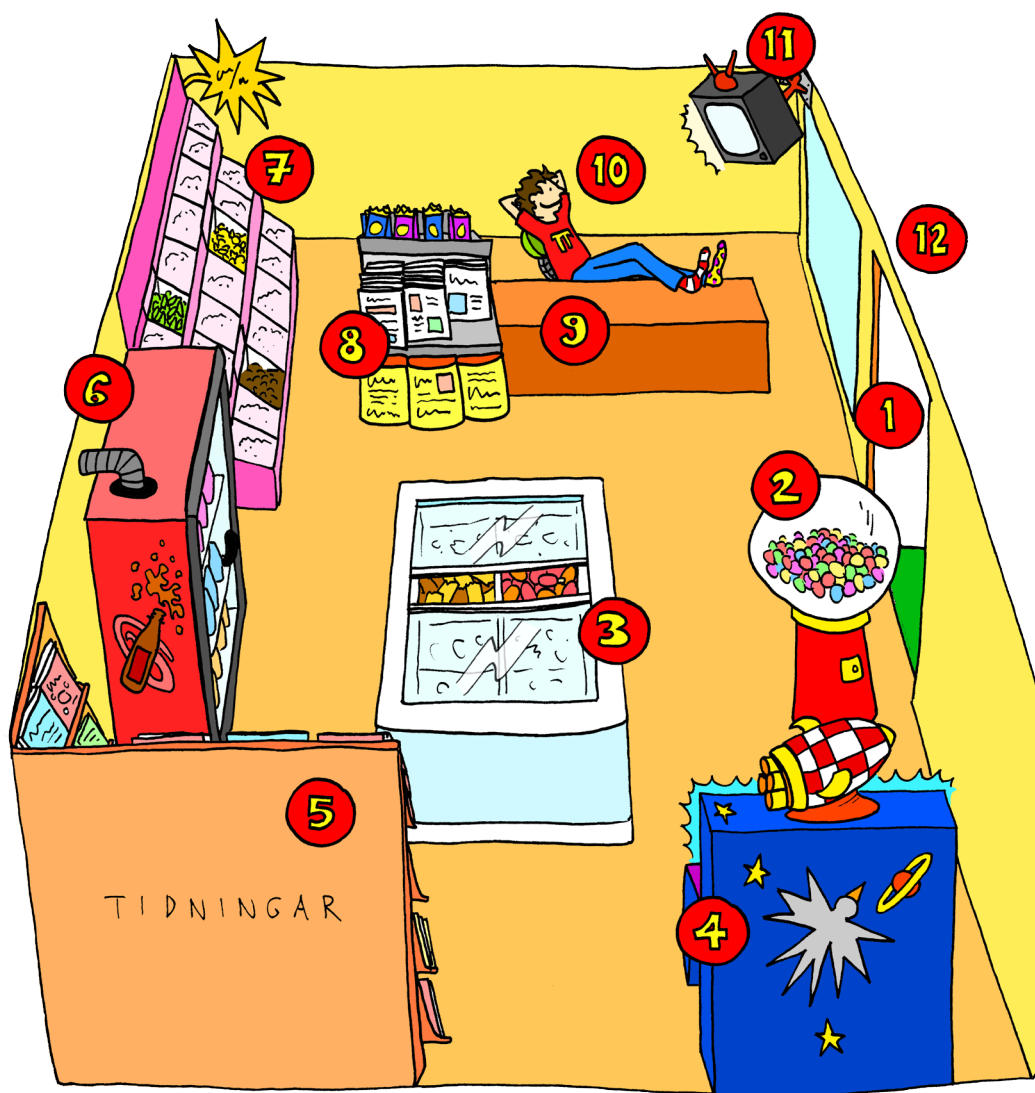


MINNESUTMANING: JONAS KIOSK



En av de mest effektiva minnesmetoderna är "minnespalatset", som går ut på att man föreställer sig det man ska minnas på olika platser i ett välbekant rum. Prova själv i denna övning från *Bli ett minnesgeni!* (2019).

Låt oss sätta igång med de otroliga sakerna på en gång! Först behöver vi ett minnespalats, alltså en plats vi kan föreställa oss. Vi kan starta med ett ganska litet palats som uppvärmning. Eftersom jag inte vet i vilken stad du bor eller vilka platser du har varit på är det svårt att välja någon av dem, så låt oss börja med att helt enkelt *hitta på* en plats! För enkelhetens skull kan vi tänka oss en liten kiosk. Du kan föreställa dig att jag jobbar i kiosken och att den heter Jonas kiosk. Kiosker kan ju se lite olika ut, men just den här kiosken ser ut så här:



Blunda lite och försök se framför dig hur det skulle vara att gå omkring därinne. Tänk dig att du spanar in vilka glassorter som finns, bläddrar lite bland tidningarna, plockar med dig en näve lösgodis och vinkar till mig som sitter bakom kassan och tittar på tv. Finemang! Nästa steg är att föreställa dig saker på olika platser i kiosken. Jag har hittat på några som kan vara kul att placera ut. Vi får se om du kan gissa vad de ska symbolisera längs med vägen! *Titta på teckningen av kiosken och se varje sak tydligt framför dig på rätt plats innan du går vidare till nästa sida.*

Till att börja med står du utanför kioskdörren och ska gå in. Du tvekar dock lite eftersom jag har satt upp en vattenspridare ovanför dörröppningen så att man måste gå igenom ett litet vattenfall för att komma till insidan. (Detta har förstås lett till att jag får ganska många färre kunder, men jag kan i alla fall vara säker på att de som kommer in verkligen vill köpa något!) Du tar ett snabbt kliv över tröskeln och blir givetvis genomblöt. Men eftersom det här bara händer i din hjärna är det ingen fara!

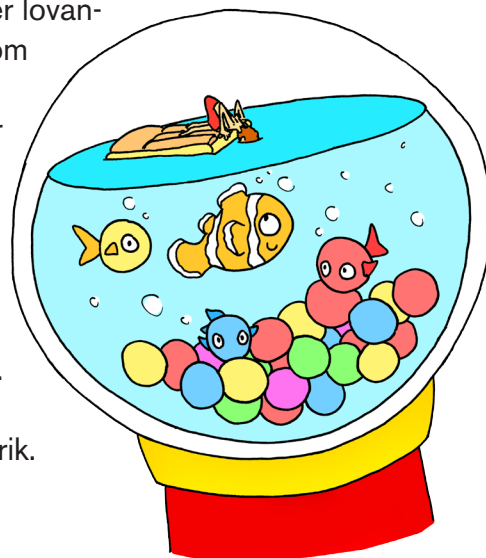
När du kommit in tittar du åt vänster, på tuggummimaskinen. Då upptäcker du att jag har tömt den på tuggummin och istället fyllt den med vatten och på så vis gjort om den till en fiskskål. Därinne simmar clownfiskar, abborrar och till och med några små tuggummifiskar!

Du går vidare till **glassboxen** i mitten och tittar ner i den för att se vilka läckra glassar som finns att välja på. Det visar sig vara svårt att få syn på dem eftersom det är ett stort **moln** i vägen. Molnet liksom svävar där innanför glaset och det låter som att det regnar och åskar från undersidan av det. Du hoppas verkligen att glassarna inte förstörs där nere. (Men du behöver inte oroa dig, jag har redan ätit upp allihopa!)

Eftersom det verkar svårt att köpa en glass går du till **spelmaskinen** i hörnet istället. Du ska precis börja spela när du hör mig ropa "Se upp!!" bakifrån disken. På ren reflex tar du ett kliv åt sidan, och det är tur, för i nästa ögonblick galopperar en **oxe** rakt in i spelmaskinen och fastnar i den med sina horn. Jag ber om ursäkt, jag har verkligen ingen aning om hur den kom in!

Lite omtumlad börjar du bläddra bland tidningarna i det intilliggande **tidningsstället**. Du hittar en Kalle Anka-tidning som ser lovande ut men när du tar den från hyllan känns det som om någon tittar på dig. Du sänker blicken och upptäcker två **tvillingbebisar** med jättestora hjärnor som sitter på golvet. De bläddrar också i varsin tidning. Den ena snabbläser *New York Times* och den andra granskar kritiskt en artikel i *Psychology Today*. Du lägger tillbaka Kalle Anka-tidningen och går förbryllad vidare till **läskkylskåpet**.

Där hittar du vad som verkar vara en ny Fanta-sort. Du känner i alla fall inte igen den, så du plockar upp en flaska men tappar den sedan i marken med ett skrik.



Någon har stoppat en **kräfta** i den! När du tittar närmare så verkar det faktiskt bo en kräfta i varenda läskflaska! Vadå? Titta inte så där på mig! Jag måste ju förvara mina biologiska experiment någonstans, och läskkylen har precis rätt temperatur!

Jag ber dig att ta lite **godis** istället och lovar att jag inte har gjort något konstigt med det. "Akta dig bara för **lejonet** som vaktar chokladpralinerna!" mumlar jag. Du plockar snabbt ihop några geléhallon och kolasnören och lyckas till och med sno åt dig ett par praliner från lejonet, som inte gör mer än att vråla efter dig med en väldigt kraftig chokladandedräkt.

Med godiset i handen styr du mot kassan. Du kan dock inte låta bli att snegla på **löpsedlarna** bredvid disken. "SENASTE NYTT: SJÖJUNGFRU HITTAD I KIOSK!" läser du. Och när du tittar upp ser du förstås en livs levande **sjöjungfru** som ligger och plaskar på kvällstidningsstället.

Du är inte ens förvånad längre, utan vänder dig oberörd till mig för att betala. Då överraskar jag dig med ett specialerbjudande: "Om godiset väger mindre än nio kilo så får du det gratis!" Du lägger ivrigt upp läckerheterna på den jättestora **vågen av guld** (se den tydligt framför dig) som står på **disken**. Godiset väger tio kilo.

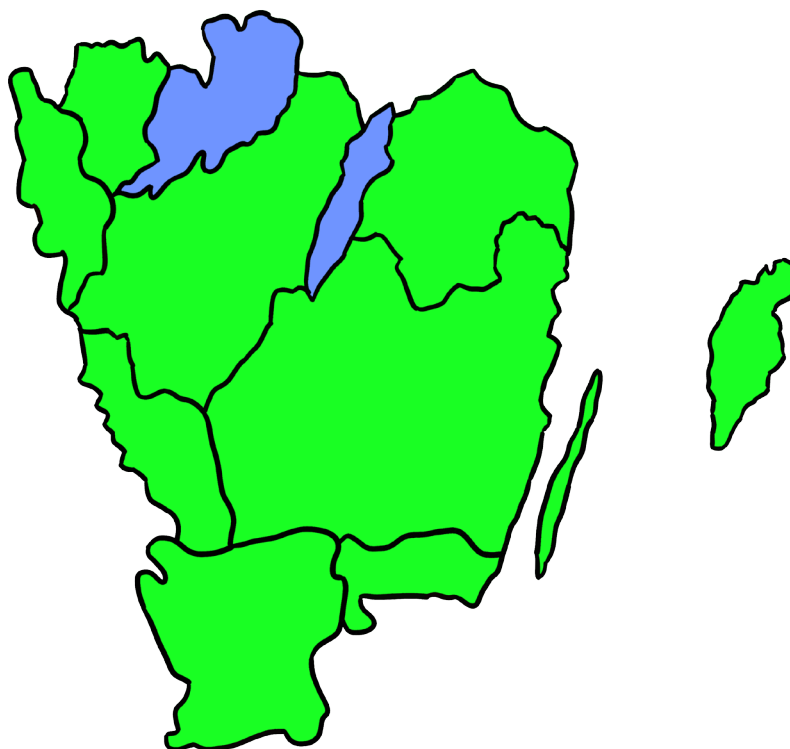
"Äsch, du får det gratis i alla fall!" säger jag. "Eftersom du är min superhjärtlev är jag väldigt mån om att din hjärna ska trivas, och alla vet att hjärnor älskar godis!"



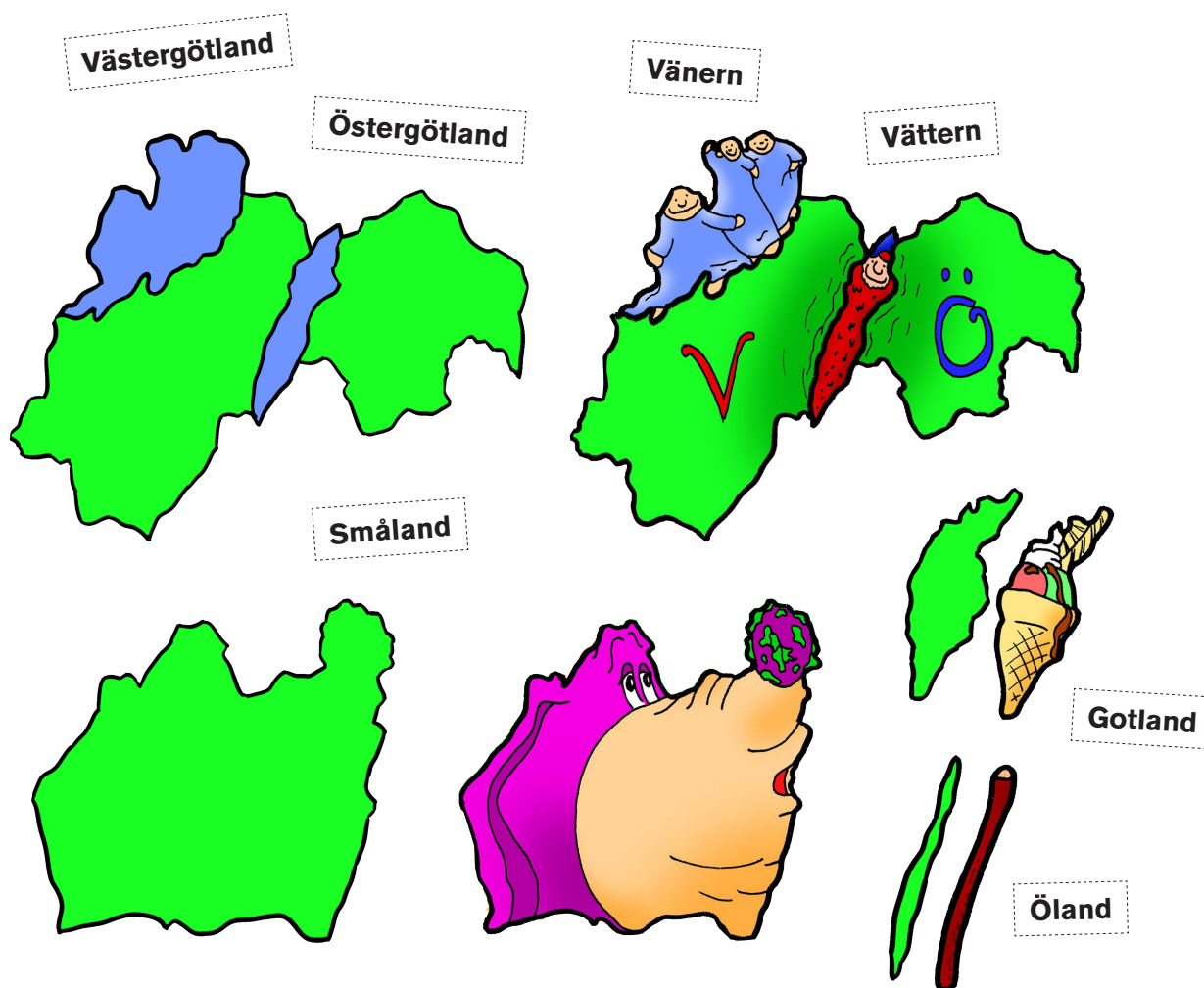


MEGA-UTMANING: FÄRGLÄGG SVERIGE!

Geografi är ett annat område där minnestekniker kan göra inläringen både roligare och enklare. I *Bli ett minnesgeni!* (2019) visar Jonas hur Sveriges landskap lätt fastnar när man kopplar dem till saker de ser ut som. Götaland är det landskapsrikaste landskapet med totalt tio stycken delar, så sätter du dem har du klarat det tuffaste!



Vi kan börja med att hjärnmåla våra två stora sjöar. Jag brukade alltid ha svårt att hålla koll på vilken som var Vänern och vilken som var Vättern, ända tills jag lärde mig den här tekniken och då insåg att **Vänern** påminner om några *vänner* som är ute på promenad genom Sverige och **Vättern** ser ut som en *vätte* med väldigt långt skägg.



Vättern-vätten ser dessutom ut att ha det väldigt *gött* där mellan sina två intilliggande landskap, och det passar därför bra att det till väster heter Väster-*gött*land och det till öster Öster-*gött*land (mer kända som **Västergötland** och **Östergötland**).

Småland tycker jag ser ut lite som en Janne Långben-liknande hund. För att koppla ihop den bilden med namnet kan du tänka dig att hundens nos har flera *små länder* på sig, den är nästan som en egen liten jordglob! Titta en stund fram och tillbaka mellan formerna i den enfärgade kartan och bilderna i den imålade, så att du till slut ser bilden (på ett ungefär) genom att bara titta på formen.

Härnäst kastar vi oss ut till sjöss och finner först **Öland**, som ser ut som en ölkorv, och **Gotland**, som liknar en glass och således måste vara ett fantastiskt *gott land*!

Därefter tar vi "Skånelandskapen": Blekinge, Skåne och Halland. Det var de som först hörde till Danmark men sedan blev svenska vid freden i Roskilde 1658. (Alltså efter tåget över Bält, som du kanske minns från en av minnespalsövningarna!)

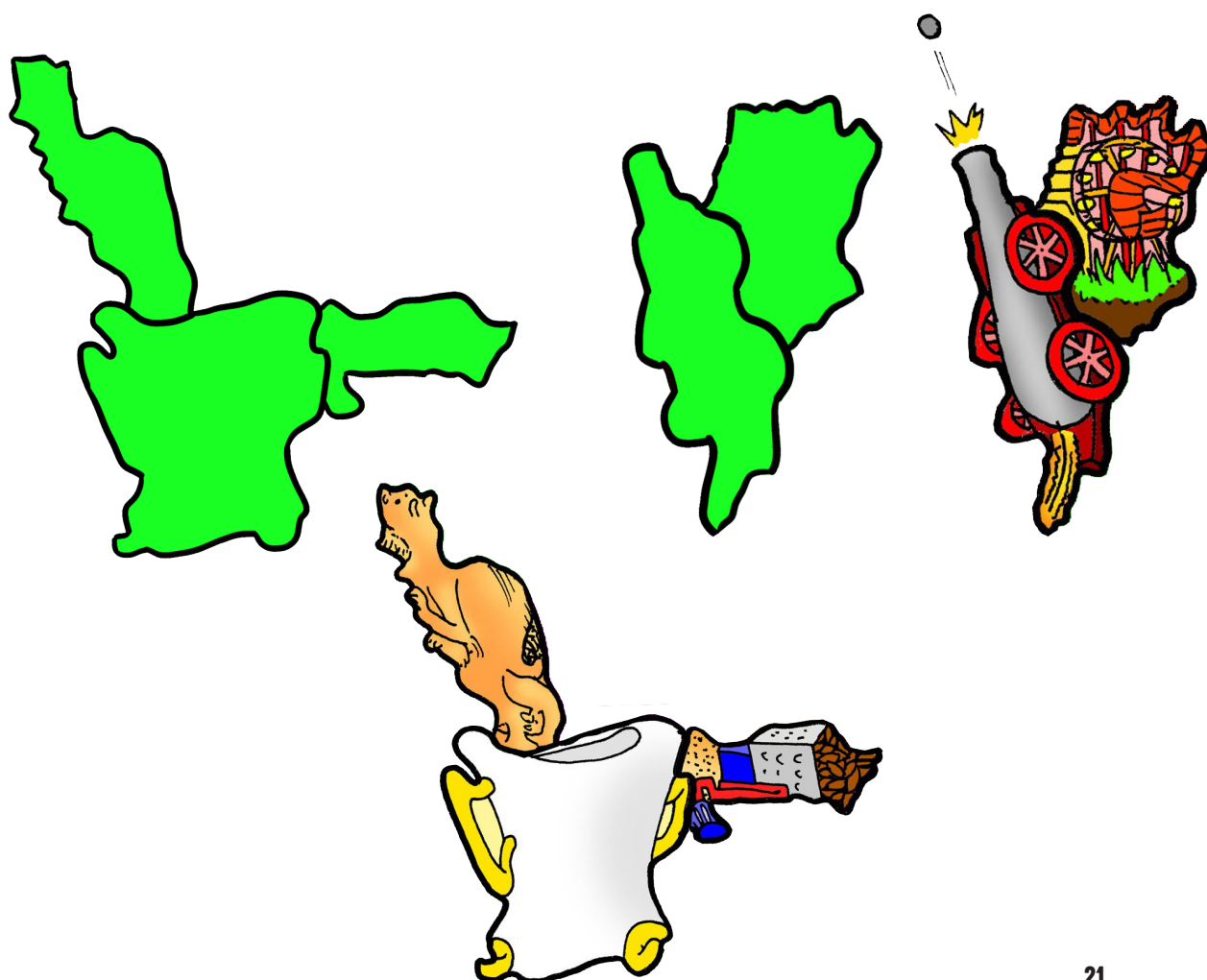
Blekinge tycker jag liknar en mandelkvarn som ligger ner, en sådan där man stoppar in mandlar i toppen som man maler med en vev. När mandlarna mals ner blir de antagligen *blekare* än de var före. Kanske lite långsökt, men det fungerar fint! Det viktiga är bara att man hittar på *någon* koppling mellan vad landskapet ser ut som och vad det heter, oavsett hur konstig kopplingen är.

Skåne ser i sin tur ut som en slags *skål*, med ett fint handtag, så den gör sig bra utan någon extrakoppling.

Längs med västkusten hittar vi sedan **Halland** som liknar något lite buckligt djur. Kanske en dromedar? För att minnas att det är just *Halland* kan du föreställa dig att dromedaren står i din *hall* eller på en hallmatta.

Nu har vi bara två landskap kvar i Götaland! Först **Bohuslän**. Det var dit det kom så ofantligt mycket sill under andra halvan av 1700-talet, vilket ju är anledningen till att övre delen av min hemgata är täckt med fisk (se sidan 50). Själva landskapet liknar dock mer en kanon än en sill, och namnet *Bo-hus-län* för tankarna till ett *hus* som någon *bor* i. Tänk dig att kanonen beskjuter ditt hus så kommer du ihåg det! (Självklart fångar halldromedaren kanonkulorna i munnen och kastar tillbaka dem.)

Och avslutningsvis hittar vi **Dalsland** väster om vännerna i Vänern. Där är det väldigt fint, men det skulle kännas ännu mer spännande om det hette



"Berg-och-Dalsland". Så det kan vi låtsas att det gör eftersom det med lite fantasi kan tyckas ha formen av en bergochdalbana!

Gå igenom formerna igen och se hur många bilder du kommer ihåg utan att kika. Det kanske krävs att du kollar igenom dem några gånger innan allt sitter, men när det väl gör det sitter det oftast riktigt bra. Du kan också använda landskapens positioner i förhållande till varandra som lite extraledtrådar, genom att till exempel tänka att **Smålandshunden** först måste äta **ölkorven** innan den får **glass** eller att **mandlarna** mals ner i **skålen**, som i sin tur skyddas från danskarna av **dromedaren**. Alla ytterligare kopplingar får minnena att sitta ännu bättre och dessutom får du väldigt bra koll på vilket landskap som gränsar till vilket. I slutändan kommer dock varje enskild form direkt att få dig att tänka på landskapet, till och med om den är helt ryckt ur sitt sammanhang!

